8.bekkur Skólasund

Tímar á viku: 1 kennslustund

Kennsluaðferðir og skipulag.

Leiðir:

Unnið er með grunnþætti sundsins á líflegan hátt þannig að upplifun nemandans verði jákvæð og skemmtileg

Kennt er með sýnikennslu af bakka.

Hæfniviðmið	Viðfangsefni	Námsefni	Námsmat
Helstu markmið sem nemendur eiga að geta náð eftir tímabilið eru; Líkamsvitund, leikni og afkastageta ● Tímataka í 400 m bringusund. ● Tímataka í 50 m bringusund ● Tímataka í 25 m skriðsund. ● Marvaði í 1 mín. ● Synda 10 m og kafa eftir hring tvisvar sinnum. ● Stílsund í skrið- og baksundi Félagslegir þættir ● Að nemendur kynnist hinum ýmsu sundaðferðum sem efla hreyfingu og sýni	Meginmarkmið sundkennslunnar í 8. bekk er að nemendur nái enn frekari atriðum í sundaðferðum.	Mikilvægt er að nemendur mæti í viðeigandi sundfatnaði og með sundgleraugu. Notast er við ýmis hjálpartæki s.s. sundflá, blöðkur og fleiri hluti.	Símat verður jafnt og þétt yfir veturinn. Einnig verður prófað i lok anna í ákveðnum færniþáttum.

öðrum þolinmæði og umburðarlyndi. Heilsa og efling þekkingar ● Kynnist hugtökum sem tengjast sundi. ● Sýnt tækni sína og færni í hinum ýmsu sundaðferðum. Öryggis- og skipulagsreglur ● Synt hjálparlaust helstu sundaðferðir ● Brugðist við óvæntum aðstæðum. ● Nemendur tileinki sér hreinlæti fyrir og eftir sundkennslu ● Mætt í viðeigandi fatnaði í sundtíma. ● Farið eftir reglum kennara og sundstaða.			

Grunnþættir menntunar.

Grunnþáttur	Áhersluþættir grunnþátta menntunar
Læsi:	

Sjálfbærni:	● taki stöðluð próf í sundi. ● mæti með sundföt
Heilbrigði og velferð:	● fái jákvæða upplifun af sundiðkun ● Gert æfingar sem reyna á styrk og stöðuleika líkama.
Lýðræði og mannréttindi:	● Skýrt mikilvægi þess að fylgja reglum sundlauga
Jafnrétti:	Skilji eigin ábyrgð á líkamlegu og andlegu heilbrigði bæði sínu eigin og annarra læri að virða skoðanir annarra og taka tillit til mismunandi sjónarmiða
Sköpun:	Læri að nýta sér hreyfingu og leik til heilbrigðs lífernis.